

引进版



君特·克洛辛斯基 原著
许宽华 肖慧云 翻译
许宽华 译校

今日青春期

青少年必读

家长、教师、心理医生必读

青春期是一个极其紧张的时期。按照自然规律它具有心神不安、身体变化和发育成长危机的特征。谁要是知道这个时期的特别挑战，他就会非常容易理解青少年的一些看上去难以理解的行为。

湖北长江出版集团
湖北教育出版社

引进版

今日青春期



君特·克洛辛斯基 原著

许宽华 肖慧云 翻译

许宽华 译校

湖北长江出版集团
湖北教育出版社

(鄂)新登字 02 号

图书在版编目(CIP)数据

今日青春期/(德)君特·克洛辛斯基原著;许宽华,肖慧云翻译. —武汉:湖北教育出版社,2005

ISBN 7-5351-4435-7

I. 今… II. ①君… ②许… ③肖… III. 青春期-心理卫生-健康教育 IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 156755 号

著作权合同登记图字:17-2005-16

本书经德国克泽尔出版社授权湖北教育出版社独家出版发行,未经许可禁止任何形式的复制、转载。

出版 发行:湖北教育出版社
网址:<http://www.hbedup.com>

武汉市青年路 277 号
邮编:430015 电话:027-83619605
邮购电话:027-83669149

经 销:新 华 书 店
印 刷:武汉精一印刷有限公司 (430015·武汉市硚口区发展大道 32 号)
开 本:787mm×1092mm 1/32 6.75 印张
版 次:2006 年 5 月第 1 版 2006 年 5 月第 1 次印刷
字 数:116 千字 印数:1-8 000

ISBN 7-5351-4435-7/G·3685

定价:12.80 元

如印刷、装订影响阅读,承印厂为您调换

作者简介



君特·克洛辛斯基 (Gunther Klosinski) 教授、博士是德国青少年发育和青春期领域的著名专家之一,是德国图宾根大学儿童和青少年精神病学和精神疗法专科室主任、医师,撰写和发表了多部专著。

译者简介



许宽华,武汉大学外语学院德语系教授、副院长,赴德国和奥地利访问学者,曾任中国驻德国大使馆教育处一等秘书、德国汉诺威“中国中心”专家、教授,翻译出版 100 余万字小说、电视剧和论文,主要学术成果有编著:《西方七国知识词典》、《现代实用德语语法》、《大学德语》;译著:《卡夫卡传》、《德国佬上前线》、《情欲》(2004 年诺贝尔文学奖获得者作品)、《拿破仑身边的女人》、《欧洲经济一体化》、《不安静的孩子》、《家庭幸福的秘密》、《孩子是问路的客人》;在国内外专业学术刊物发表论文 10 余篇,译文 20 余篇。



为青春期青少年提供自我帮助，为那些觉得青春期问题是压力和负担的家长、教师、心理医生提供帮助，学会利用和促进青少年的创造能力来解决青春期的诸多问题。

作者 君特·克洛辛斯基[德]
译者 许宽华 肖慧云
译校 许宽华
定价 12.80元



把儿童形象地比作来到陌生地的客人，熟悉情况的父母要做好“引路人”给予引导，提供好环境，指导他认识自己的路。本书是家长教育7岁以下孩子和进行儿童心理分析的最佳读本。

作者 伊琳娜·普雷科普 克里斯蒂尔·施魏策尔[德]
译者 许宽华 肖慧云
译校 许宽华
定价 12.00元



许多孩子让人得不到一丝安宁，这不是简单的“多动症”。本书解释了孩子不安静的原因以及如何帮助儿童重返其安静的状态，促成儿童心理平衡。

作者 伊琳娜·普雷科普 克里斯蒂尔·施魏策尔[德]
译者 李超 于洋 李雪 魏琦
译校 许宽华
定价 13.80元



用爱心、乐趣和激情教育儿童，让教育处于一种行动过程中，形成“流动”效应。

作者 西格里德·莱奥[德]
译者 许宽华 肖慧云
译校 许宽华
定价 12.00元



明晰当今女孩教育现状，启示和帮助父母和教育工作者对女孩教育进行思考，指导女孩如何成长自信和展现发挥自己的优势特征。

作者 西尔维娅·施奈德[德]
译者 曾汉泉 等
定价 12.00元



21世纪的勇敢男孩，既要有传统上女性的品质，又要有传统上男性的刚强。如何帮助男孩获得这样的品质？本书将为家长和教育工作者提供可行性建议。

作者 扬·乌韦·罗格 贝蒂娜·梅勒[德]
译者 曾汉泉
定价 12.00元

从儿童到成人的过渡着实不是一件容易的事。但是,也不应当把今天青少年的生活与他们的前辈青少年时期的生活相比较,因为现在孩子的青春期来得越来越早,并且由于诸多的社会因素他们进入成年人的进程难度也越来越大。因此,对父母对周围的环境来说,与对10至25岁的发育期和青春期青少年一样,挑战性也越来越大。在这方面,青少年中的“过早离家者”和“恋家者”都面临着特别大的冒险性。

君特·克洛辛斯基(Gunther Klosinski)教授、博士是德国发育和青春期领域的著名专家之一。他揭示了今天的青少年在这个重要生活阶段中的发展和成长任务以及冲突范围,并明确地告诉我们,现在的青少年为了克服这些冲突究竟需要什么样的环境条件。

“今天青少年这种生活条件的阶段性转变对他们这种年龄段身心健康的发展也具有持续的影响,而且这种阶段性的转变还要求得到社会的关注和考虑。

这种青春期的转变、青春期当中所出现的新老问题,每个环节中的任务等,作者在这本书中为家庭、教育培训

和全社会作了清晰的分类,条理清楚、通俗易懂。这些都是作者根据丰富的医疗实践总结出来的经验。”

摘引自莱因哈特·伦普博士、教授《前言》

目 录

后弗洛伊德时代与精神…………… 许宽华

前言 16

导言 20

第一章 青春期发展心理学和发展动力学的观点 27

第1节 青少年发育期和青春期特点的一般说明 27

第2节 本我身份的确认与青春期 31

第3节 发育成长时期的任务 34

第4节 一般的基本需求和典型的情绪反应 38

第5节 同龄青少年团体组织的意义 40

第二章 创造力 45

第1节 青春期阶段的创造力 45

第2节 青春期青少年艺术疗法的可能性及其限制 52

第三章 社会环境及影响程度 59

第1节 青少年危机——当今社会危机的反映? 59

第2节	对青少年文化的思考	74
第3节	青少年成年礼:当今社会的等价与亏欠	77
第4节	变革中的学校和家庭	80
第5节	青春期间的家庭暴力	89
第6节	媒体对青少年暴力行为的影响	94
第四章	一般焦点和问题范围	100
第1节	与他人联系的恐惧和愿望: 最常见的冲突范围	100
第2节	冒险的成长:青少年中的 “过早离家者”和“恋家者”	106
第3节	青少年的精神追求和宗教信仰	111
第4节	青春期青少年的乐于施暴与违法行为	126
第五章	青春期特有的问题阶段	135
第1节	青春期青少年和成熟危机作为经历和 行为的不同标准	135
第2节	性欲和性行为作为成长时期的任务和压力	143
第3节	青少年的自残和自杀危机	156
第4节	青少年的自伤行为	167
第5节	青少年的酗酒、吸烟与吸毒问题	174
第6节	虔信教会式神经官能症和变态心理	179
第六章	帮助与预防问题	185
第1节	成年人和榜样对青少年来说过时了吗?	185
第2节	青春期的保护性因素和预防措施	193

第3节 让我们的青少年融入社会	201
第4节 13个命题：	
父母、成年人和社会机构如何帮助	
我们的青年人更好地融入社会	203
展望	209

后弗洛伊德时代与精神

湖北教育出版社从德国引进出版的多本少年儿童教育图书给我国少儿和青少年教育领域增加了极富营养的精神食粮。在多名德语学者的努力下,经过数月紧张努力的工作,这四本专著的翻译和校对工作得以完成,终于与广大的青少年、家长、幼儿教师、中小学教师、医生、心理学家和社会学家等见面,无疑是一件值得庆幸的事!

这四本著述围绕少儿和青少年的身心健康成长和创造性的“流动”教育这个中心议题,从各个不同的角度进行了详尽的论述,从内因和外因、实践与理论;从生理学到心理学、从病理分析和心理分析等方面进行了逻辑和辩证分析,虽然原著不是系列丛书,但我以为它既是独到的单本专著,也可以是自成体系,甚至可以说是儿童和青少年心理学和精神病学的新论,是后弗洛伊德时代与精神的体现。

从弗洛伊德创立精神分析理论至今,100年过去了。然而它对今天的临床心理学领域,对整个心理科学乃至西方人文科学的各个领域仍然有着深远的影响,它的影响几乎可与达尔文的进化论相提并论,其精神分析理论可以毫不夸张地说是现代心理学的奠基石,从下列丛书的内容上就可见一斑:

伊琳娜·普雷科普和克里斯蒂尔·施魏策尔合著的《不安静的孩子》是一部理论与实践相结合的通俗读本。普雷科普和儿科女医生施魏策尔在这本通俗的读物中解释了有关儿童不安静的心身医学问题及其社会心理因素,认为这些问题不能总是归咎于儿童的多动症,也不赞成完全借助药物来对付。作者根据临床实践和咨询工作的经验,针对所描述的具体案例提出了同样具体的建议。她们忠告广大的父母、教育家以及教师如何去帮助儿童重返其安静的状态,而且更重要的是成年人如何保持自身的平静心态,因为这是促成儿童心理平衡的先决条件。

作者以为,儿童内心的不安静是好动行为的主要诱因,所以,她们在本书中特别谈到不安静这个问题并试图澄清它的原因。

经过观察和分析“不安静”这种频繁出现的现象,作者认为其原因绝对不能在孩子们身上去寻找,同样也不能说是父母的过错。指出孩子来到这个世界,在不同程度上都有着各自的心灵需求。其过错就在于我们病态的、使人致病的精神状态。我们的孩子只不过成了难以约束生命能力的替罪羊,那种健康的、谋求自我中心始终稳定的均衡今天已从多方面瓦解了。

凡有一些医学常识的人也许可以悟出:“多动症”在发达国家或社会和生活相对优越的条件下出现得较为频繁。当今的事实是,我们的孩子已经成为了牺牲品。所

有心灵上的疾病,其中包括个别孩子所患的疾病,同时都是集体性的疾病:孩子身上的好动行为正是我们这个时代焦躁性的写照。在贫困的非洲,这种疾病极少发生。相对而言在20年前的我国,少儿“多动症”也极为鲜见。现在,在我国的广大农村仍然很少有所闻。儿童作为自我封闭者在人际关系中往往表现出对无生命的、技术性事物极端的偏爱,这正如我们现代的生活方式所推崇的一样。控制欲极强的“小暴君”身上的问题与这个“唯物主义”社会中的肆无忌惮的争权夺势心心相印。所有这些文明疾病的共同症状就是不安静。

面对这个病态的时代精神,一个成年人或许能够借助一些解释性的哲理来保护自己,因为,他已经熟悉了周围的物质条件并能有意识地掌握它们。然而,一个还未觉悟起来的儿童却必须首先认识并赢得周围的物质世界。由于他还没有真正融入这个世界,那么他在这个世界的面前首先是无保护、无抵抗能力的,因此极易受到阻碍他健康发展的扰乱性影响的侵蚀。这不能不引起我们的高度重视。

她们的另一部专著《孩子是问路的客人》无论从题目上还是从内容上都似乎显得标新立异。她们把儿童形象地比作来到陌生地的客人,正由于陌生,所以需要熟悉情况的人给予引导。

值得赞赏的是,今天的父母与过去历代的家长相反,

他们都在竭尽全力对儿童进行一种有意识的教育。他们意识到了他们的责任，知道他们今天的儿童将是明天的成人，因而很乐意作“引路人”。然而要实施正确的引导却并不容易！

作者认为，当今的父母会犯很多的错误，就像他们自己的父母曾经犯过许多错误一样。但是，这并不值得我们大惊小怪。没有错误就不会有发展，没有问题也就没有解决问题的办法。只有在比较中才能看出发展，发展就必然出现错误。对儿童来说，没有什么比十全十美的父母更加危险。

另一方面，我们也不得不担心，现在的许多儿童几乎不理睬这些设计好了的教育思想和理念。很多孩子在有一点点负担的情况下就精神崩溃、难以维护友谊、不愿意等待、不愿意放弃、也不给予，而只想获得和索取等等。

为此，作者认为十分有效的办法就是：给问路的客人提供好的位置，给他以坚定的意志，直到他认识自己的路。

这意味着：如果我给孩子提供住宿，就不要去问孩子，你会带些什么，给我带什么。作为主人，你来了我应当感到很高兴。在我家里，位置是我们俩的——你的和我的。我不会问，你是从哪儿来的，又要到哪儿去。我无法给你指明道路，但我已准备好陪你走上一程，直到你能够有把握继续走下去。只要在我这里，我就要关照你，给你力量，使你心中永远充满快乐。我还要给你勇气，即

使你遇到困难和挫折也不要放弃。

西格里德·莱奥的《家庭幸福的秘密》借用米哈伊·契克斯岑特米哈伊(Mihaly Csikszentmihaly)提出的“流动”^①概念,从孩子和父母两个方面的关系对家庭教育进行了分析,叫人耳目一新。

作者提醒家长,要让孩子知道一切高低贵贱和鸿运厄运都是人之常情。当属低贱者或遇到厄运时,不要背上沉重的包袱,而应充满信心和自信;当是高贵者或遇鸿运时,也不可得意忘形、胡作非为,或者盲目自乐,而应当将其当作是水到渠成而流动的结果和报偿。

精神分析理论属于心理动力学理论。家长教育孩子,就应了解他们的需要,要能够和他们在一起有说有笑、有哭有闹,因为他们的说笑哭闹不是演出来和装出来的,而是发自内心的。这在家庭教育中被称之为“互动”,也是“流动”的基础。如果孩子第一次经验就是爱和充满爱的馈赠,那么这个经验就铭记在了他的潜意识中,他就觉得世界是一个非常美好和安全的地方,这可以帮助他健康成长和发展。如同植物需要空间和光照来

① 米哈伊·契克斯岑特米哈伊(Mihaly Csikszentmihaly)率先提出“流动”这一概念,以描述一种状态。在这种状态下,一个人完全处于一种行动过程中,如同“流动”一样——这便是真正幸福经验的前提。在本书中借用这一概念来表达教育,即:父母亲在重新更新理念后完全承担了父母亲应有的责任,于是便自动地采取正确的教育方式教育孩子,他们的经历便有了无穷的乐趣,愿望也得以实现。

生长一样,孩子的成长也需要爱和自由。正如迪帕克·乔普拉(Deepak Chopra)所说:爱如同水一样,若不流动,就会停滞不前。当爱流动起来,成长的愿望就会接踵而来。

本书作者认为,哪里缺少关爱,哪里就有一种痛苦的空白留在我们心里。只有当我们重新学会了关爱,这种空白才能得以填补。

但家长要学会关爱却是一项十分艰巨的任务,由于种种原因,他们可能很难从教育中找到乐趣,甚至会感到失望并放弃对孩子的教育。这是极其危险的征兆!当你读到这本书时,你就会明白该怎么做了。作者这样提醒家长:你们想想学习走路的孩子吧,他们不是在学会走路之前摔了很多跤么。你们也可以犯很多的错误,直到你们“能够教育”——自己和你们的孩子为止。你们可以想象一下,当你们的孩子在刚会走第一步之后又摔跤了该会是多么灰心丧气呀!可是他们放弃了吗?!

此外,“流动”式教育中的方法是不容忽视的。作者指出:我们应该通过我们的关系而不是言语来教育我们的孩子。“流动”并不是目标,而是这种过程中得到的回报。幸福感是在成功地结束了学习和成长过程之后才形成的。

我们只有通过与孩子亲近关系才能实施教育,我们构建教育和引导应当通过榜样而不是说教,通过示范而不是劝诫,通过事实而不是道德教条。

同时,我们的成功之处还在于告诫我们的孩子:生活

是值得的,这个地球是一个具有生活和生命价值的地方,我们要好好地保护、维护和珍惜它。这样,对我们和我们的孩子来说就拥有了一种与我们自身和我们的环境相和谐的生活。对家长来说,需要有无限的热情和勇气、自信心和争取获得自己幸福和孩子幸福的无穷无尽的力量。

在家庭的和谐流动中,我们发现每个人都可以生活在和谐流动中,同时也可以在社会中与其他人的共同生活并由此感受到幸福,这是因为:家庭和谐是社会和谐的一个重要组成部分。

君特·克洛辛斯基(Gunther Klosinski)的《今日青春期》是一部通俗的心理学理论专著,主要描述了发育期和青春期的本质特征,用发展心理学的观察方法探讨青少年成长中出现的心理发展变化,着重介绍青少年思想和精神方面的问题:身份的确认、发育期间的任务和该年龄段的最基本需求;还特别提及到青少年同龄人群体对青少年成长产生影响的意义。

著作中涉及到必须利用和促进发育期少年儿童和青少年的创造能力。作者认为,行为的怪异和奇特以及有心理病态的青少年往往被切断了与他们创造性的联系;如果我们能成功地将他们与他们的创造能力这一方面联系起来,就有可能起到帮助并治愈他们的作用。

我们的社会不能没有接班人,少年儿童便是每个社会的“资本”和接班人,这就要求由儿童成长为成年人的青少